



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA - UniCEUB  
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE – FACES

ULLY CRISTINA DA ROCHA VILLAÇA

## **A INSERÇÃO DA GINÁSTICA ARTÍSTICA NO AMBIENTE ESCOLAR**

Brasília  
2014

ULLY CRISTINA DA ROCHA VILLAÇA

## **A INSERÇÃO DA GINÁSTICA ARTÍSTICA NO AMBIENTE ESCOLAR**

Trabalho de conclusão de Curso  
apresentado como requisito parcial à  
obtenção do grau de Licenciatura em  
Educação Física pela Faculdade de  
Ciências da Educação e Saúde Centro  
Universitário de Brasília – UniCEUB.

Orientadora: Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Renata Aparecida  
Elias Dantas

Brasília  
2014

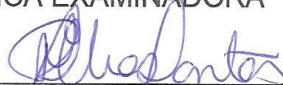
ULLY CRISTINA DA ROCHA VILLAÇA

## A INSERÇÃO DA GINÁSTICA ARTÍSTICA NO AMBIENTE ESCOLAR


Trabalho de conclusão de Curso  
apresentado como requisito parcial à  
obtenção do grau de Licenciatura em  
Educação Física pela Faculdade de  
Ciências da Educação e Saúde Centro  
Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília, junho de 2014.

### BANCA EXAMINADORA



Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Renata Aparecida Elias Dantas



Examinador: Prof.<sup>o</sup>Dr<sup>o</sup> Alessandro de Oliveira Silva



Examinador: Prof.<sup>o</sup>Msc. Hetty Lobo

## RESUMO

**Introdução:** O presente trabalho mostrou que a ginástica artística (GA) é um importante instrumento nas aulas de educação física para o aprimoramento e desenvolvimento motor humano, por ser expressivo componente da cultura corporal e movimento. Apresenta características que possibilitam várias alternativas de movimentos, como rolar, girar, saltar, mudar de posições e de apoios. **Objetivo:** demonstrar a possibilidade da inserção da ginástica artística como uma modalidade diferenciada no contexto escolar, levantando os benefícios da ginástica no desenvolvimento motor e cognitivo do aluno, e apresentando os pressupostos teóricos e sua proposta pedagógica. **Material e Métodos:** Esse estudo tratou-se de uma revisão de literatura com características exploratória. **Revisão da Literatura:** Através da GA, o professor tem condições de oferecer a criança a possibilidade do desenvolvimento global de suas potencialidades e uma ampliação do vocabulário motor. Mas estudos revelam que a justificativa mais comum para explicar a ausência da ginástica na escola é a falta de conhecimento dos professores sobre a modalidade, mais do que o aspecto da falta de materiais e espaço. **Considerações Finais:** Com isso concluiu-se que apesar da ginástica atualmente estar distante da realidade do ambiente escolar, se inserida nas escolas por um profissional altamente capacitado, trará um benefício imensurável para o desenvolvimento completo do seu aluno.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ginástica Artística. Educação Física Escolar. Desenvolvimento Motor.

## ABSTRACT

**Introduction:** The present study showed that the artistic gymnastics (GA) is an important tool in physical education classes to improve human development and motor, being expressive component of body culture and movement. Has characteristics that enable various alternative movements, such as rolling, spinning, jumping, changing positions and support. **Objective:** To demonstrate the possibility of including artistic gymnastics as a distinct sport in the school context, raising the benefits of gymnastics on motor and cognitive development of students, and presenting the theoretical assumptions and their pedagogical proposal. **Material and Methods:** This study treated a literature review with exploratory characteristics. **Literature Review:** Through the GA, the teacher is able to offer the child the possibility of the overall development of their potential and vocabulary expansion engine. But studies show that the most common reason to explain the lack of fitness in school is the lack of teacher knowledge about the sport rather than the appearance of a lack of materials and space. **Conclusions:** With this it was concluded that despite the Centre currently being distant from the reality of the school environment, are inserted in schools by a highly trained professional, will bring immeasurable for the full development of their students benefit.

**KEYWORDS:** Gymnastics. Physical Education. Motor Development.

## 1 INTRODUÇÃO

A ginástica artística (GA) como modalidade desportiva cativa o público pela beleza de seus movimentos demonstrando agilidade, força e leveza em exercícios de alta complexidade. É considerado um importante instrumento nas aulas de educação física para o aprimoramento e desenvolvimento motor humano, por ser um expressivo componente da cultura corporal e movimento. Apresenta características que possibilitam várias alternativas de movimentos, como rolar, girar, saltar, mudar de posições e de apoios (LOPES, 2007).

As capacidades motoras são desenvolvidas de maneira bastante eficaz pela GA. A variedade dos exercícios auxilia no desenvolvimento da propriocepção e do domínio cognitivo e influencia todo o aparelho locomotor. A criatividade, perseverança e coragem são qualidades que também são estimuladas pela GA (NUNOMURA e TSUKAMOTO, 2003).

O desenvolvimento afetivo, cognitivo e as funções de motricidade estão intimamente ligados na criança, formando e compondo relações que facilitam a abordagem global da criança, constituindo as estruturas do desenvolvimento psicomotor. Para evitar dificuldades no processo de aprendizagem escolar ou até mesmo para um futuro trabalho reeducativo, assim como um elemento preventivo ou profilático o trabalho com educação psicomotora pode e deve ser desenvolvida (FONSECA, 1998).

Os Parâmetros Curriculares Nacionais, os (PCNs) relata que no âmbito escolar, a disciplina responsável por apresentar aos alunos o universo da cultura corporal, por meio de diversas metodologias e estratégias que servem a educação física escolar e que estão contidas nos conceitos da educação psicomotora é a educação física. Possibilitando o desenvolvimento dos aspectos sócio-afetivos, psicomotores e cognitivos necessários ao aprendizado e o desenvolvimento global da criança, e proporcionando meios para que elas explorem seus corpos e o mundo que as cercam, e é através da estimulação psicomotora nas aulas de educação física escolar que tudo isso é possível (BRASIL, 1997).

Nunomura (2003) aponta que a formação dos professores de educação física sobre os conhecimentos de GA é de fundamental importância para o suporte teórico e técnico da modalidade. A maioria dos cursos de educação física oferece a disciplina GA em suas grades curriculares. Segundo as ementas dos cursos, são desenvolvidos os fundamentos básicos da GA, subsidiando aos futuros profissionais a orientarem programas de iniciação à modalidade.

Porém, mesmo com esses conhecimentos básicos sobre a GA, a maioria dos profissionais em educação física, desconhecem as contribuições para o desenvolvimento motor dos alunos através da aprendizagem da GA, ou seja, possuem dificuldades de visualizar a modalidade além do caráter competitivo (SCHIAVON e NISTA-PICOLLO, 2007).

O objetivo do trabalho foi mostrar a ginástica artística como uma modalidade diferenciada no contexto escolar, levantando os seus benefícios no desenvolvimento integral do aluno, e apresentando os pressupostos teóricos e sua proposta pedagógica.

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

O presente trabalho trata de um estudo de revisão bibliográfico de artigos já publicados em períodos específicos ao tema, caracterizando-o como uma pesquisa de natureza exploratória. Sua construção foi baseada em artigos científicos presentes em revistas, monografias todos eles pesquisados em base de dados como Google acadêmico, Scielo, Revista Digital, Revista Brasileira de Ciências e Esporte, Revista do Movimento. Foram introduzidas como palavra chave: ginástica artística, educação física escolar, desenvolvimento motor. Para tanto foi realizada uma leitura exploratória sobre ginástica artística.

As informações coletadas se originaram dos artigos publicados em periódicos científicos que se referiam ao tema deste trabalho. Tais artigos têm em suas publicações as datas de 1978 a 2012.

Foi realizada uma leitura exploratória de referências bibliográficas iniciou esse estudo. Tais referências foram pesquisadas em artigos disponíveis em sites relacionados com os benefícios da ginástica artística no contexto escolar, proporcionando ao leitor uma perspectiva maior a respeito dessa vertente de conhecimento.

Por seguinte, foi efetuada uma leitura seletiva do material pesquisado, buscando o aproveitamento das melhores referências, sendo selecionados aqueles de maior relevância para este estudo.

Em seguida realizou-se uma leitura analítica dos materiais selecionados na leitura seletiva. O estudo teve seu fim mediante leitura interpretativa visando fazer uma correlação entre o tema proposto neste trabalho e a pesquisa, proporcionando a construção de uma visão singular e particular.

### **3. REVISÃO DA LITERATURA**

#### **3.1. CONCEITO E HABILIDADES RELACIONADAS**

O desenvolvimento psicomotor possui uma ferramenta efetiva, a Ginástica Artística (GA). Por influenciar o desenvolvimento do equilíbrio, a resistência, a flexibilidade, e a força entre outros a GA foi incluída nos Parâmetros Curriculares Nacionais (1997) como disciplina formadora (DA SILVA, 2002; ARÊAS NETO et al., 2003).

Com a ajuda do sistema nervoso, existe uma interação entre o pensamento, consciente ou não, e o movimento muscular denominando desenvolvimento psicomotor. Assim, o cérebro e o músculo trabalham juntos, educando-se para uma evolução individual, progredindo no plano da motricidade e do pensamento (FONSECA, 1998; DA SILVA, 2002).

A fase “crítica ou preciosa” é a mais importante do desenvolvimento e se encontra na infância. É nessa fase que os profissionais de Educação Física

deveriam explorar mais a parte do aprendizado psicomotor das crianças (LE BOULCH, 1982; DA SILVA, 2002).

O desenvolvimento motor tem sua parte mais importante encontrada na infância onde é nomeada de habilidades fundamentais. Por isso obter o desenvolvimento na primeira fase escolar tem muita importância para as fases posteriores de suas atividades (LAGRANGE, 1997).

Entretanto, os professores dos primários trabalham sozinhos dedicando-se a ensinar mais os conteúdos de sala de aula cognitivos como, leitura, operações lógico-matemáticas, escrita e esquecendo-se da alfabetização do corpo em relação ao intelecto. Este, sendo o mais importante para o desenvolvimento infantil, também depende da sua saúde física e mental para poder brincar e explorar o mundo em que vive adquirindo repertório de vivências motrizes e sensoriais as quais são necessários para a autonomia, socialização e aprendizagem (FONSECA, 1998; DE MEUER e STAES, 1991).

Segundo o proposto pelos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) no âmbito escolar, a educação física está contida no conceito da Educação Psicomotora, sendo ela a responsável, através de estratégias e metodologias, apresentar o universo da cultura corporal para os alunos. A estimulação psicomotora nas aulas de Educação Física Escolar possibilita o desenvolvimento dos aspectos que são fundamentais ao seu aprendizado e desenvolvimento global como os cognitivos, psicomotores e sócio afetivos através da exploração dos seus corpos e do mundo (BRASIL, 1997).

Buscando uma trajetória que vinculava a ideia de um sujeito individual, desvinculado de suas condições sócias e elevando o projeto higienista, que durante quase três séculos foi importante para a adaptação de corpos colonizados, a Ginástica deveria ser responsável pela formação da ordem, disciplina e moralização (PEREIRA e SILVA, 2010).



Existem diferentes visões sobre a GA: como de alto rendimento e ginástica escolar. Para crianças em desenvolvimento a GA é a melhor modalidade ajudando a promover o desenvolvimento motor e físico. Combinar as habilidades motoras básicas (rolar, equilibrar, saltar e girar) em sequências de movimentos proporciona um maior aprimoramento das mais complexas capacidades físicas e possibilita um desenvolvimento mais amplo das habilidades motoras (NUNOMURA E PICCOLO, 2005).

Brochado (2005) destaca algumas características da GA. Dentre elas estão:

a) Área psicomotora: proporciona percepção espacial, domínio; lateralidade; tempo de resistência, consciência corporal, reconhecimento dos limites, limite de força; controle dos movimentos.

b) Área sócio afetiva: favorece a compreensão e o respeito ao próximo; em trabalhar em equipe; auxilia na formação da sua própria personalidade; ajuda a criança a reconhecer o perigo, a avaliar os riscos e buscar soluções; a superar os medos; com as conquistas e sucessos proporciona alegria e satisfação.

c) Área cognitiva: contribui no entendimento dos movimentos; a reconhecer os próprios erros e também os dos colegas; a diferenciar força, flexibilidade, agilidade e resistência; a compreender a importância e necessidade da concentração. O quadro 1 relata os marcos importantes da história da Ginástica.

Quadro 1.Histórico da Ginástica

Pré - História	Duas preocupações: atacar e defender Visava à preparação para a guerra, a luta pela vida, com caráter natural e utilitário.	LANGLADE (1987)
Antiguidade	Destaque nas civilizações orientais e do novo mundo. Os japoneses, chineses, índios pré-colombianos dentre outros tinham a Ginastica como objeto de culto, recreação e preparação para guerra.	RAMOS (1982)
Era Clássica	Grécia: formar cidadãos e guerreiros obtendo eficiência educacional, fisiológica, moral, disciplina cívica, endurecimento do corpo, energia física e espiritual e a preparação militar. Roma: através de adestramento militar buscava a formação de um guerreiro.	NUNOMURA (2005)
Idade Média	Pelas cruzadas e defesas territoriais a preparação militar continuou em alta se manifestando com luta, corrida, salto, escalada. Devido a acrobatas e equilibristas se apresentarem em palácios e castelos, ocorreu o desenvolvimento da acrobacia influenciando nas técnicas da Ginastica.	RAMOS (1982)
Idade Moderna	Evolução no conhecimento da prática de exercícios físicos que influenciaram nas reflexões dos criadores dos métodos clássicos de educação física. J. H. Pestalozzi, J. B. Basedow e J. Rousseau ajudaram no desenvolvimento da Ginástica pedagógica e higiênica. Pestalozzi foi um dos fundadores da teoria e metodologia da Ginástica elaborando um método analítico.	BRIKINA (1978)
Idade Contemporânea	O exercício físico ganhou um papel significativo na nova sociedade, que se consolidava sendo inclusa nos currículos escolares. O exercício físico recebeu o nome de escolas ou métodos ginásticos a partir de 1800, que correspondiam ao país de origem (Alemanha, Suécia, França e Inglaterra).	SOARES (2005)

### 3.2. GINÁSTICA NO AMBIENTE ESCOLAR

Conforme os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's), o bloco de conteúdo do ensino fundamental é dividido em três blocos, mesmo especificando

somente os dois primeiros ciclos. Estes deverão ser desenvolvidos ao longo do ensino fundamental. Essa estrutura não é inflexível ou estática, ela serve justamente para organizar o conteúdo a ser abordado, diante dos diferentes enfoques existentes como:

Esportes, jogos, lutas e ginásticas	Atividades rítmicas e expressivas
Conhecimento sobre o corpo	

Fonte: Brasil (1997)

Com vários conteúdos em comum, os três blocos articulam-se entre si, mas sem perder suas especificidades. O bloco “Conhecimento sobre o corpo”, por exemplo, pode ser abordado separadamente, porém tem conteúdo que está incluído nos demais. As ginásticas com finalidades diversas são técnicas de trabalho corporal que, de modo geral, assumem um caráter individualizado. Pode ser usada para manutenção ou recuperação de saúde, como preparação para outras modalidades, como uma forma recreativa, competitiva ou de convívio social, por exemplo (BRASIL, 1997).

Podem ser ministradas ao ar livre, ambiente fechado ou até mesmo na água, podendo ou não utilizar matérias e aparelhos. Nas ginásticas o conteúdo “Conhecimento do corpo” é bem explícito, por isso é um conteúdo que tem o privilégio desse conhecimento. Sentir as articulações da coluna vertebral, perceber relaxamento e tensão dos músculos, ter consciência da respiração são algumas das técnicas que existem atualmente que visam à percepção do próprio corpo para trabalhá-lo de uma maneira diferente da tradicional, que trabalhavam com exercícios rígidos, mecânicos e repetitivos (BRASIL, 1997).

Para Soares et al., (1992) como uma forma de se exercitar a ginástica provoca, em geral no homem, e em particular nas crianças, valiosas experiências corporais, enriquecedoras da cultura corporal. Por isso torna-se necessária no

ambiente escolar, é uma prática que abarca a tradição histórica do mundo ginástico e é permeada por um significado cultural.

Dessa forma, o acesso a essa área do conhecimento é direito de todo cidadão, porque junto às outras áreas contribuirá para que o aluno participe da construção de uma realidade mais favorável a todos e principalmente a si (BARBOSA RINALDI, 2004).

Na ginástica a criança sente prazer na execução de acrobacias, estimulando a expressão corporal combinada aos seus elementos gímnicos, a criatividade, além de socializa-la desde o início da aprendizagem, quando há necessidade de ajuda entre os amigos. Esses elementos gímnicos se tornam fundamentais nas aulas de Educação Física Escolar, tratando-se de uma visão educativa (NISTA-PICCOLO, 2005).

Reforçando essa idéia Hostal (1982) afirma que nas aulas de educação física, a GA coloca a criança em relação com o seu próprio corpo, descobrindo diversas partes do corpo, membros e seguimentos, também da ação das articulações e dos grupos musculares, aprimorando os vários movimentos exigidos pelos fundamentos da modalidade.

Sendo capaz de favorecer o desenvolvimento e o comportamento humano e de solicitar capacidade de organização e criatividade, as aulas de Educação Física devem abordar temas interdisciplinares e abrangentes. Exercícios favoráveis aos estímulos dos domínios afetivo, cognitivo e psicomotor são orientados pela ginástica abrangente (DIECKERT, 1986).

Por proporcionar muitas possibilidades de movimentos, aprimorando ao praticante suas capacidades e habilidades motoras, a GA é considerada uma das modalidades esportivas básica. São características fundamentais desta modalidade: a elegância postural, a segurança e o pleno domínio do corpo. Nela se desenvolve atividades que melhoram a responsabilidade, disciplina, iniciativa, organização e

integração social, além de trabalhar a consciência corporal, equilíbrio, ritmo, flexibilidade, coordenação e a resistência muscular localizada e geral (BEZERRA et al., 2006).

Nas aulas de Educação Física, os alunos participam com prazer, pois estão presentes a ludicidade, os jogos, o que torna um privilégio ter essa disciplina dentro da escola. Estes aspectos vão de encontro com as características dos jovens e das crianças e contribuem significativamente para um desenvolvimento global se bem explorados (BETTI e ZULIANI, 2002).

Por meio da aprendizagem de habilidades motoras, contribuindo em todos os aspectos relacionados ao desenvolvimento do corpo humano e auxiliando na formação da personalidade e do caráter, a ginástica tem a sua importância nas aulas de Educação Física através destes benefícios proporcionados (TANI et al, 1988).

Aprender ginástica na escola significa estudar, conhecer, perceber, vivenciar, compreender, problematizar, interpretar, compartilhar, apreender as inúmeras interpretações desta modalidade que, busca novos significados e criar novas possibilidades de expressão gímnica, com base nesse aprendizado (AYOUB, 2003).

Reforçando essa ideia, Nista-Piccolo e Nunomura (2005), citam que através da riqueza de matérias e da ampla variedade de movimentos que a GA proporciona, há possibilidade de se ampliar o repertório motor da criança.

Através da GA o professor tem condições de oferecer a criança a possibilidade do desenvolvimento global de suas potencialidades e uma ampliação do vocabulário motor (VELARDI, 1997).

Pode-se citar como um agente motivador de descaso com a educação física, o que compromete a qualidade do trabalho psicomotor, o fato de que, como faculta a LDBEN 9.394/96, grande parte das escolas mantém o professor pedagogo ministrando as aulas de Educação Física. Tirando que as escolas superiores de

educação física também não valorizam a GA como disciplina em seus cursos (NUNOMURA, 2003).

Estudos revelam que a justificativa mais comum para explicar a ausência da ginástica na escola é a falta de conhecimento dos professores sobre a modalidade, mais do que o aspecto da falta de materiais e espaço. Quando o conhecimento do professor é amplo sobre o conteúdo a ser ensinado e de como deve se ensinar, ele pode transformar suas ideias em uma prática possível, até mesmo buscando alternativas de matérias para substituir os originais que não existem. Entretanto, quando se tem o material necessário, mas o professor não possui o conhecimento preciso, ele não consegue adaptar uma aula para ser ministrada (NISTA-PICCOLO, 1988; POLITO, 1998).

Bregolato (2008) enfatizando esse pensamento afirma que podem ser realizadas algumas adaptações, visando à prática dessa modalidade: - “A trave pode ser um muro baixo ou bancos do tipo sueco; o cavalo pode ser o plinto ou uma caixa forte de madeira; uma barra fixa simples pode ser instalada na escola.”

Considerando que a ginástica artística é englobada pela educação física escolar como um dos conteúdos a serem ministrados na escola, deve-se enfatizar que assim como todos os outros conteúdos presentes na cultura corporal de movimentos, a ginástica tem como objetivo somente a vivência, e não a competição e rendimento, podendo assim a criança gozar de todos os benefícios encontrados nesse esporte (CASTELLANI FILHO, 1994).

A ginástica certamente tem um grande potencial de promover ricas experiências aos alunos, na questão de proporcionar uma educação comprometida com a relação e sua socialização. O ensino deste esporte na escola tem importância no processo de formação humana e educacional. Seus conteúdos e objetivos possibilitam uma porção de situações desafiantes, que possui muita importância para a autoestima e autoconfiança de seus praticantes (LE BOULCH, 1982).

Comprovando essa ideia um estudo realizado por Leite (2012) em Unisinos apresentou uma reflexão sobre o aprendizado da ginástica artística na educação física escolar, examinada a partir das manifestações dos alunos da 3ª série de uma escola pública localizada na Região Metropolitana de Porto Alegre – RS. Nesse estudo foi possível acompanhar e observar, de forma significativa, a criança em seu processo educacional, constatando que além de auxiliar na construção da identidade dos alunos a GA também promove o desenvolvimento físico e motor, demonstrando que realmente é uma cultura corporal. Isso porque, além de desenvolvimento psicomotor, os alunos apresentam melhoras significativas na área sócio afetiva e cognitiva, declarada pelos próprios alunos entrevistados, que segundo Patolino também teve resultados melhores com as outras professoras dentro da sala de aula.

### **3.3. ATIVIDADES DA GINÁSTICA ARTÍSTICA (GA) PARA O DESENVOLVIMENTO MOTOR**

Com a maturação e o crescimento ao longo da vida, o indivíduo passa por um processo contínuo de mudanças que se denomina desenvolvimento motor. Os reflexos primitivos são os primeiros passos do desenvolvimento, seguido dos movimentos posturais, locomotores e, finalmente, os movimentos manipulativos (UTLEY e ASTILL, 2008).

Gallahue e Ozmun (2005) enfatizam essa teoria citando que o “desenvolvimento motor é a contínua alteração no comportamento motor ao longo do ciclo da vida, proporcionada pela interação entre as necessidades da tarefa, a biologia do indivíduo e as condições do ambiente”.

A ação ou tarefa que tem como dever alcançar um objetivo específico eficientemente é chamada de habilidade motora. Após o domínio e a aquisição das habilidades motoras rudimentares desenvolvidas na primeira infância, segue-se o desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais que possuem os seus comportamentos igualmente classificados em três grupos de habilidades: locomoção, manipulação e estabilidade (UTLEY e ASTILLI 2008).

Compreendem ações contra a gravidade em movimento as habilidades fundamentais de estabilidade como equilíbrio dinâmico, equilíbrio estático e movimentos axiais – posturas estáticas envolvendo movimentos de inclinação, de rotação de tronco ou membros entre outros. Todas as ações locomotoras e manipulativas são, em parte, movimentos estabilizadores. Já as habilidades fundamentais de locomoção incluem marcha, corrida, salto e saltitos. E as habilidades fundamentais de manipulação compreendem a ação de lançar, apanhar, driblar, chutar e rebater (GALLAHUE e OZMUN, 2005). Os quadros dois, três e quatro mostram exemplos de como atividades utilizadas na GA podem desenvolver essas habilidades.

Quadro 2-Atividades de GA para a habilidade Saltar

<b>Habilidade básica</b>	<b>Atividades</b>
Saltar	Posicionar duas a três cordas a uma distancia de 2 a 2,5m umas das outras com uma altura de 0,40 a 0,50 m (adaptar conforme a idade). Atravessar a corda várias vezes com saltos ritmados. Primeiro como aquecimento, seguido de saltos grupados e logo com afastados, podendo também transpor a corda com saltos laterais.
	Colocar dois ou três bancos suecos a uma distancia aproximada de 2 a 3 m entre si, no sentido transversal. Com mãos e braços apoiados ao banco realiza-se a passagem lateral grupada em sequencia rítmica de movimento. Para dificultar pode também colocar uma bola de medicinebol em cima do banco e fazer com que a criança passe por cima sem derrubar a mesma.
	Separar 4 a 5 plintos a uma distancia de 2m cada. Se atravessa com saltitos afastados (pular carniça). Depois com saltitos afastados em subida grupada em sequencia mista.

Adaptados de DIECKERT e KOCH( 1981)



Quadro 3-Atividades de GA para a habilidade Rolar

<b>Habilidade básica</b>	<b>Atividades</b>
Rolar	Rolamento para frente. Corpo em posição inicial imitando uma bola e queixo encostado no peito, mãos apoiadas na largura do ombro com dedos voltados para frente. A pressão principal é amortecida pelos braços para que possa se realizar o movimento sobre a nuca e costas arredondadas. As mãos pressionam o solo e impulsionam rapidamente a posição a frente.
	Rolamento para trás. Mesmo procedimento do para frente, só que iniciando de costas e as mãos devem ser colocadas o mais cedo possível ao lado da cabeça para contrabalancear a pressão exercida sobre a parte posterior da cabeça.
	Rolamento no plano inclinado. Em um colchão inclinado a criança se posiciona na parte mais alta, e realiza o rolamento em direção a parte inferior do colchão.

Adaptados de DIECKERT e KOCH( 1981)

Quadro 4- Atividades para Combinação das Habilidades Básicas

<b>Habilidades básicas</b>	<b>Atividades</b>
Correr + Saltar + Rolar	Rolamento de peixe. Conserva os mesmo princípios do rolamento para frente. Agora no inicio realiza uma breve corrida, com um salto onde o corpo é esticado até um ângulo perna-tronco de 90 – 130 graus e somente com a colocação das mãos no solo o queixo encosta no peito.
	O plinto é colocado a uma altura de 90 cm. Uma breve corrida será realizada com um salto para o plinto seguido de um rolamento na posição grupada pegando com as mãos as pernas na segunda parte do rolamento.
	Um colchão é posicionado em cima do plinto mais alto que está colocado transversalmente e outro a frente. Com o mesmo procedimento do exercício anterior a criança tentará realizar o rolamento por cima do plinto o mais rápido possível para conseguir cair em pé a frente do mesmo.

Adaptados de DIECKERT e KOCH ( 1981)

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Com o fim desse estudo de revisão concluiu-se que a distância entre a Ginástica Artística e a escola é grande, porém nada impossível. Um dos motivos dessa distância é a visão dos professores sobre ela, que as qualificam como um conteúdo de difícil aplicação, por falta de aparelhos e materiais para ministrar a aula. Contudo foi comprovado que não é preciso material específico para conseguir realizar uma boa aula de Ginástica Artística. Com uma boa imaginação e domínio do conteúdo se consegue satisfazer os objetivos da aula.

Não parece ser adequado aos profissionais que buscam trabalhar em conjunto com a maximização das habilidades e competências de seus alunos, deixarem de administrar um conteúdo que possui em seu repertório de movimentos uma diversidade de qualidades físicas e elementos psicomotores.

Foi possível observar também que, apesar da ginástica artística possuir uma distância deplorável com o ambiente escolar, se inserida nas escolas por um profissional que esteja capacitado, trará um benefício imensurável para o desenvolvimento completo do seu aluno.

## 5 REFERÊNCIAS

ARÊAS NETO, N. **O Movimento Acrobático como meio de Resgate da Auto-confiança e Incremento da Auto-estima de População de Baixa-renda**. 2003. Graduação - Educação Física. Universidade Estácio de Sá, Rio de Janeiro, 2003.

AYOUB, E. **Ginástica Geral e Educação Física escolar**. Campinas: Unicamp, 2003.

BARBOSA RINALDI, I. **A ginástica como área de conhecimento na formação profissional em educação física: encaminhamentos para uma estruturação curricular**. 2004. Tese (Doutorado) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2004.

BETTI, M; ZULIANI, L. R. Educação Física Escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**. v.1, n. 1, p. 73-81, 2002.

BEZERRA, S.; FILHO, R.; FELICIANO, J. A importância da aplicação de conteúdos da ginástica artística nas aulas de educação física no ensino fundamental de 1ª a 4ª série. **Revista Mackenzie de educação Física e Esporte**, v. 5, n. especial, p. 127-134, 2006.

BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. Lei 9.394 de 20 de dezembro de 1996. Brasília: MEC/SEF, 1996.

BRASIL. Ministério da Educação e Desporto. Secretária de Ensino Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais**. Brasília: MEC/ SEF, 1997.

BREGOLATO, R. **Cultura corporal da ginástica**: livro do professor e do aluno. São Paulo: Ícone, 2008.

BRIKINA, A. T. **Gimnasia**. Zaragoza: Acribia, 1978.

BROCHADO, F.; BROCHADO, M. **Fundamentos de ginástica artística e de trampolins**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

CASTELLANI FILHO, L. **Educação Física no Brasil: A História que Não se Conta**. Campinas: Papirus. 1994.

DA SILVA, V. Treinamento neurogênico bio-operacional: uma perspectiva da aprendizagem motora. In: PEREIRA, R.; AZEVEDO, R.; CARVALHO, M. (Org.). **Força: Aspectos básicos do treinamento**. Rio de Janeiro: AZ, 2002, p. 93-126.

DE MEUR, A.; STAES, L. **Psicomotricidade**: educação e reeducação. Rio de Janeiro: Manole, 1992.

DIECKERT, J. et al. **Elementos e princípios da Educação Física: Uma antologia.** Rio de Janeiro: Ao livro técnico, 1986.

DIECKERT, J.; KOCH, K. **Ginástica olímpica: exercícios progressivos e metódicos.** Rio de Janeiro: ao livro técnico, 1981.

FONSECA, V. **Psicomotricidade: filogênese, ontogênese e retrogênese.** Porto Alegre: ARTMED, 1998.

GALLAHUE, D.; OZMUN, J. **Compreendendo o desenvolvimento motor: Bebês, crianças, adolescentes e adultos.** 3.<sup>a</sup> ed. Phorte, 2005.

HOSTAL, P. **Pedagogia da Ginástica Olímpica.** São Paulo: Manole, 1982.

LAGRANGE, G. **Manual da psicomotricidade de Lisboa.** Lisboa: Lisboa Editora, 1987.

LANGLADE, A.; LANGLADE, N. R. **Teoría general de la gimnasia.** Buenos Aires: Stadium, 1986.

LE BOULCH, J. **O Desenvolvimento Psicomotor: Do Nascimento Aos 6 Anos.** Porto Alegre: ARTMED, 1982.

LEITE, T. **O olhar da criança para a vivência da ginástica artística na educação física escolar.** 2012. Seminário de pesquisa em educação da região sul – Unisinos, Porto Alegre, 2012.

LENT, R. **Cem bilhões de neurônios: conceitos fundamentais de neurociência.** São Paulo: Atheneu, 2004.

LOPES, P.; NUNOMURA, M. Motivação para a prática e permanência na ginástica artística de alto nível **Rev. bras. Educ. Fís. Esp.**, São Paulo, v.21, n.3, p.177-187, jul./set. 2007.

NISTA PICCOLO, V. **Atividades físicas como proposta educacional para a 1ª fase do 1º grau.** 1988. Dissertação (Mestrado em Educação) - Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas. Campinas, SP, 1988.

NISTA PICCOLLO, V. Crescendo com a Ginástica. In: \_\_\_\_\_. (ORG.). **Pedagogia dos Esportes.** São Paulo. Papirus: 2005.

NISTA PICCOLO, V. ; SCHIAVON, L. A Ginástica vai à escola. **Rev. Movimento**, Porto Alegre, v. 13, n. 03, p. 131-150, set/dez, 2007. Disponível em: <<http://www.seer.ufrgs.br>>. Acesso em: 20 maio 2014.

NUNOMURA, M. A Ginástica Artística no Brasil: Reflexões Sobre A Formação Profissional. **Rev. Bras. Cienc. Esporte**, Campinas, v. 24, n. 3, p. 175-194, maio. 2003

NUNOMURA, M.; PICCOLO, V. **Compreendendo a Ginástica Artística**. São Paulo: Phorte, 2005.

PEREIRA, L.; SILVA, M. **A aplicação do conteúdo ginástica nas aulas de Educação Física escolas no município de Araruna, PR**. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com>>. Acessado em: 15 maio 2014.

POLITO, B. **A Ginástica Artística na escola: realidade ou possibilidade**. 1998. Monografia (Graduação) – Faculdade de Educação Física, UNICAMP, Campinas, São Paulo, 1998.

RAMOS, J. **Os exercícios físicos na história e na arte**. São Paulo: IBRASA, 1982.

SOARES, C. et al. **Metodologia do ensino da educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.

SOARES, C. **Imagens da educação no corpo: estudo a partir da ginástica francesa no século XIX**. 3. ed. Campinas: Autores Associados, 2005.

TANI, G. et al. **A Educação Física escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista**. São Paulo: Editora Pedagógica e Universitária Ltda, 1988.

TSUKAMOTO, M.; NUNOMURA, M. Aspectos maturacionais em atletas de ginástica olímpica do sexo feminino. **Motriz**, Rio Claro, v.9, n.2, p. 111 - 116, mai./ago. 2003. Disponível em: <<http://cecemca.rc.unesp.br/ojs/>>. Acesso em: 20 maio 2014.

UTLEY, A. ; ASTILL, S. **Motor control learning and development**. Taylor e Francis Group. 2008.

VELARDI, M. **Metodologia de ensino em Educação Física: Contribuições de Vygotsky para reflexões sobre um modelo pedagógico**. Campinas, SP: [s.n.] 1997.

## CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC**

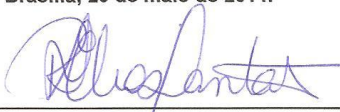
**Declaração de aceite do orientador**

**Eu, Renata A. Elias Dantas,**

**declaro aceitar orientar o (a) aluno (a) Uly Cristina da Rocha Villaça no trabalho de**

**conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília –  
Uniceub.**

**Brasília, 29 de maio de 2014.**



**ASSINATURA**





Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES  
Curso de Educação Física

## CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA

### CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

#### Declaração de Autoria

Eu, Uilly Cristina da Rocha Villaca, declaro ser o (a) autor(a) de todo o conteúdo apresentado no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB. Declaro, ainda, não ter plagiado a idéia e/ou os escritos de outro(s) autor(s) sob a pena de ser desligado(a) desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.

Brasília, 26 de maio de 2014.

Orientando

SEPN 707/907 - Campus do UniCEUB, Bloco 9 - 70790-075 - Brasília-DF – Fone: (61) 3966-1469

[www.uniceub.br](http://www.uniceub.br) – [ed.fisica@uniceub.br](mailto:ed.fisica@uniceub.br)



Na fabricação de papel reciclado, a quantidade de água equivale apenas a 2% da utilizada para a produção de papel alvejado.

**FICHA DE RESPONSABILIDADE DE  
APRESENTAÇÃO DE TCC**

Eu, Uly Cristina da Rocha Villaça me responsabilizo pela  
apresentação do TCC intitulado "A inserção da Ginástica  
Artística no contexto escolar."

no dia 18 / 06 do presente ano, eximindo qualquer  
responsabilidade por parte do orientador.

Aluno	RA
Uly Cristina da Rocha Villaça	21061430

Uly Villaça  
assinatura







Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES  
Curso de Educação Física

## FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Venho por meio desta, como orientador do trabalho

"A inserção da Ginástica Artística no contexto escolar"

autorizar sua apresentação no dia \_18\_/\_06\_ do presente ano.

Sem mais a acrescentar,

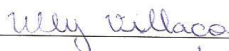
Orientador



## AUTORIZAÇÃO

Eu, Uly Cristina da Rocha Villça RA: 21061430, aluno (a) do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, autor(a) do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado: A inserção da Ginástica Artística no contexto escolar, autorizo expressamente a Biblioteca Reitor João Herculino utilizar sem fins lucrativos e autorizo o professor orientador a publicar e designar o autor principal e os colaboradores em revistas científicas classificadas no Qualis Periódicos – CNPQ.

Brasília, \_\_09\_\_ de \_\_junho\_\_ de 2012.



Assinatura do Aluno